

Psychische Unterstützung beim Plötzlichen Kindstod

# Die Frage nach dem „Warum?“

Kaum eine Situation ist für Einsatzkräfte und Eltern schwerer zu verkraften, als die eines Plötzlichen Kindstodes. Werden Sie als Notfallseelsorger oder KIT-Mitarbeiter zu solch einem Einsatz gerufen, ist eine gründliche Vorbereitung unerlässlich.



Eine der zentralen Fragen, mit der der Helfer bei solch einem Einsatz durch die Hinterbliebenen konfrontiert wird, lautet: Warum? Warum unser Kind?

Wer als Notfallseelsorger oder Fachkraft für Krisenintervention tätig ist, kommt nicht umhin, sich auch auf die Situation eines Plötzlichen Kindstodes (Sudden Infant Death, SID) fachlich vorzubereiten. Doch wie gelingt das? Derzeit wird dieses Thema in den Lehrplänen der Seelsorger-Ausbildung und der praktischen berufsbezogenen Aus- und Fortbildung von Rettungsassistenten noch nicht überall im erforderlichen Umfang berücksichtigt. Deshalb einige Hinweise, die im Einsatz hilfreich sein könnten.

Wie in vielen Fällen, so steht auch hier die Eigenfürsorge an erster Stelle. Der in eine solche Situation gehende Helfer muss für eigene Grenzen sensibel sein und mögliche Zeichen einer Überforderung erkennen. Dazu gehört ein offener Umgang mit den eventuell vorhandenen problematischen Punkten der eigenen beruflichen und privaten Biographie. Fühlt man sich unter Umständen selbst betroffen, weil man auch Kinder hat oder selbst einen SID im eigenen Umfeld erleben musste?

Ein weiterer Punkt ist der zeitliche Druck. Wer einen solchen Einsatz übernimmt, muss nicht nur rasch vor Ort sein, sondern auch Zeit mitbringen. Deshalb müssen eigene Termine für die nächsten Stunden abgesagt werden. Weil die Bedürfnisse der betroffenen Eltern im Mittelpunkt stehen, ist es ratsam, sich einen angemessen großen zeitlichen Freiraum zu schaffen. In dieser Situation als Seelsorger oder Fachkraft für Krisenintervention unter Zeitdruck zu stehen – und das auch nur ansatzweise deutlich werden zu lassen –, wäre das Ende jeder hilfreichen seelsorgerlichen Beziehung zu den Betroffenen.

## Eine der wenigen Situationen für eine Fahrt mit Sondersignal

Die Notwendigkeit, in dieser Situation möglichst rasch vor Ort zu sein, um den Betroffenen helfen zu können, ist eine der wenigen Anlässe, um als Notfallseelsorger oder KIT-Fachkraft unter Sonderrechten zur Einsatzstelle gebracht zu werden. Sinnvoll erscheint dies zum Beispiel, wenn sich abzeichnet, dass es eine weite, eventuell komplizierte Anfahrt wird oder mit erheblichen Verkehrsbehinderungen (Berufsverkehr oder Baustellen mit Staus) zu rechnen ist. Den

Transfer können beispielsweise Polizei, Rettungsdienst oder Feuerwehr durchführen.

Beim Eintreffen verschafft sich der Helfer zunächst einen Überblick über die Lage und beurteilt sie unter dem Aspekt möglicher eigener Überforderung als einzelner Helfer und der gegebenenfalls erforderlichen Nachalarmierung weiterer Kräfte. Sind Familienmitglieder und/oder Freunde beteiligt, die offensichtlich nicht zu einer Situationsbewältigung, sondern eher zur Verschlimmerung beitragen, empfiehlt sich die schnelle Hinzuziehung weiterer Seelsorger bzw. KIT-Fachkräfte.

## „Warum unser Kind?“

Eine der zentralen Fragen, mit der der Helfer bei solch einem Einsatz durch die Hinterbliebenen konfrontiert wird, lautet: „Warum? Warum unser Kind? Warum kann Gott so etwas zulassen?“. Die betroffenen Eltern verlangen förmlich eine Erklärung für ihr Schicksal und werden vom Seelsorger bzw. KIT-Mitarbeiter eine Antwort erwarten. Insofern sollte sich die Einsatzkraft auf diese spontan wahrscheinlich überfordernde Frage einstellen und eine vermittelbare Antwort parat haben.

Entscheidend ist dabei, den betroffenen Eltern als kirchlicher Seelsorger keine dogmatischen Glaubenswahrheiten „um die Ohren zu hauen“, sondern im Sinn menschlicher Solidarität den Blick auf Gott offenzuhalten. Wer religiös an das Thema herangeht, dem gelingt es vielleicht, Gott als den Mitleidenden zu erklären. Sehr verkürzt: Die biblischen Geschichten von Jesus Christus zeigen ihn in großer Nähe und enger Zuwendung zu Menschen in Not. An diese Nähe Gottes können Seelsorger in solchen Situationen erinnern. Eine Patentantwort auf die schwere Frage nach dem „Warum?“ lässt sich jedoch nicht geben. Das gemeinsame Aushalten des schweren Moments kann bereits eine wohlthuende Hilfe sein.

Wichtig ist es, ein „Anwalt“ der Eltern zu sein. Selbstvorwürfe, man trage die Schuld am Tod des eigenen Kindes, kommen häufiger vor. Hier muss der Helfer das entstehende Bild einfühlsam, aber deutlich korrigieren.

In Kooperation mit Rettungsdienst und Polizei kann den Eltern eine ihren Bedürfnissen angemessene Atmosphäre geschaffen werden. In diesem Zusam-

menhang ist es mitunter erforderlich, bei möglichen Konflikten zwischen den beteiligten Parteien zu vermitteln. Beispiel: die Polizei möchte ihre Ermittlungsarbeit durchführen, während es im selben Moment der Wunsch der Eltern ist, von ihrem toten Kind Abschied zu nehmen.

Eine weitere Aufgabe der Krisenintervention bzw. Seelsorge könnte sein,

## praxistipps

- **Eigenfürsorge beachten:** Sie müssen Ihre eigenen Grenzen kennen und Zeichen für eine Überforderung bemerken. Fühlen Sie sich überfordert, bitten Sie umgehend um Unterstützung durch andere Seelsorger bzw. KIT-Kräfte.
- **Zeitlichen Freiraum schaffen:** Weil Einsätze im Zusammenhang mit einem SID immer zeitintensiv sind, sollten Sie weitere Termine in der Folgestunden sofort absagen.
- **Überblick bekommen:** Wie alle Einsatzkräfte, so müssen auch Sie sich beim Eintreffen schnell einen Überblick verschaffen. Lassen Sie sich zum Beispiel von der Polizei oder – sofern abkömmlich – dem Rettungsteam eine kurze Einweisung in die Situation geben. Je nach Zahl der zu betreuenden Personen sind weitere Kräfte erforderlich.
- **„Anwalt“ der Eltern sein:** Selbstvorwürfe der Eltern, am Tod des Kindes schuld zu sein, kommen häufig vor. Sie müssen dieses falsche Bild einfühlsam, aber deutlich korrigieren.
- **Vermitteln:** Die Interessen und Bedürfnisse aller beteiligten Parteien (Eltern, Polizei, Rettungsdienst) können zu Konflikten führen. Vermitteln Sie zwischen den Parteien, um für alle eine tragbare Lösung zu finden.
- **Bei der Trauer unterstützen:** Die Eltern sollten ermutigt werden, sich von ihrem toten Kind zu verabschieden. Sie könnten dabei helfen, Geschwisterkinder oder andere Verwandte in die Situation einzuführen. Die Übergabe der Leiche an die Polizei ist für die Eltern ein sehr belastender Moment.
- **Verzichten Sie** auf billigen Trost und vermeintlich kluge Ratschläge. Ein ehrliches „Mir fehlen die Worte“ hilft den Betroffenen mehr als „Die Zeit heilt alle Wunden“.
- **Weiterführende Hilfe:** Suchen Sie gemeinsam mit den Eltern nach sozialen Ressourcen wie Freunden oder Verwandten. Verweisen Sie auf Institutionen wie GEPS, die den Betroffenen helfen, den Verlust ihres Kindes in ihr weiteres Leben zu integrieren.



Wichtig ist es, ein „Anwalt“ der Eltern zu sein. Selbstvorwürfe, man trage die Schuld am Tod des eigenen Kindes, kommen häufiger vor. Hier muss der Helfer das entstehende Bild einfühlsam, aber deutlich korrigieren.

die Eltern während der eventuell noch laufenden Reanimation zu unterstützen und zu begleiten. Unaufdringliche Präsenz, dosierter Körperkontakt und die Informationsvermittlung zwischen Rettungsteam und Eltern – sofern diese nicht ohnehin im Zimmer anwesend sind – können Aufgaben sein, die ein KIT-Mitarbeiter oder ein Seelsorger übernehmen.

Hilfreich für die verwaisten Eltern kann es auch sein, wenn dabei geholfen wird, eventuell anwesende Geschwisterkinder oder andere Verwandte an die Situation heranzuführen. In jedem Fall sollten die Eltern ermuntert werden, sich von ihrem toten Kind in Ruhe zu verabschieden. In diesen Fällen ist wiederum eine enge Abstimmung mit der ermittelnden Polizei erforderlich. Auch die Übergabe des Leichnams an die Polizei stellt eine schwer zu verkraftende Situation für die Eltern dar, die gegebenenfalls Beistand erfordert.

Den Eltern soll erklärt werden, warum die Polizei tätig wird und dass es hier nach deutschem Recht einen Automatismus gibt: Wenn der Notarzt nicht zweifelsfrei einen natürlichen Tod bescheinigen kann, gibt es eine grundsätzliche Ermittlungspflicht der Behörden, um ein Fremdverschulden am Tod des Kindes auszuschließen.

Keinesfalls bedeutet also die polizeiliche Untersuchung von vornherein eine Schuldzuweisung an die Eltern.

Erleichternd wirkt es unter Umständen, wenn der kindliche Leichnam zum Abschied mit Accessoires wie Stofftier oder Spielzeug würdevoll hergerichtet wird.

## Belastung für das Rettungsteam

Verzichtet werden muss auf jeden billigen Trost, vermeintlich kluge Ratschläge und sinnlose Allgemeinplätze wie „die Zeit heilt alle Wunden“ bzw. „Kopf hoch, Ihr müsst jetzt nach vorne schauen“. Sind die betroffenen Eltern religiös eingestellt, kann vom Geistlichen gefragt werden, ob es gewünscht wird, zu beten oder ein anderes Ritual wie eine Aussegnung durchzuführen, einen persönlich bekannten Geistlichen hinzuzuziehen oder das zuständige Gemeindepfarramt zu benachrichtigen.

Um weitere Unterstützung zu erhalten, sollte gemeinsam nach sozialen Ressourcen wie Freunden, Nachbarn, Verwandten oder diakonischen bzw. karitativen Einrichtungen gesucht werden.

Auch für das Rettungsteam kann die Anwesenheit einer solchen psycho-

sozialen Fachkraft sehr hilfreich sein. So könnte ein Seelsorger bzw. KIT-Mitarbeiter den Notarzt zum Beispiel begleiten, wenn dieser die Nachricht über den definitiven Tod des Kindes überbringt.

Aber auch im Sinne von „Hilfe für Helfer“ kann gearbeitet werden. Weil Einsätze nach einem SID auch erfahrenen Mitarbeitern des Rettungsdienstes, der Polizei und der Notfallseelsorge in aller Regel unter die Haut gehen, stellt ein Gesprächsangebot für die eingesetzten Kollegen womöglich eine erste Hilfe zur Verarbeitung des Erlebten dar.

Wer ein solches Angebot unterbreitet, sollte sich über eines bewusst sein: Nur im absoluten Ausnahmefall – zum Beispiel aufgrund extremer Personalknappheit – werden erfahrene und innerlich sehr stabile Seelsorger bzw. KIT-Mitarbeiter in der Lage und willens sein, nach einem solchen Erlebnis selbst die Nachsorge für Einsatzkräfte zu übernehmen. Hier weitere Kräfte einzubinden, ist auf jeden Fall besser, zumal der Eingesetzte dann selbst die Chance hat, das Erlebte zu verarbeiten.

Nach einem solchen Ereignis brauchen die betroffenen Familien erfahrungsgemäß oft über einen längeren Zeitraum eine emotionale Begleitung. Fraglich ist, ob sie die Kraft haben, sich diese ohne Unterstützung von außen zu holen. Deshalb sollte jede Fachkraft, die seelsorgerisch oder psychosozial tätig ist, Informationen über Institutionen wie die „Gemeinsame Elterninitiative Plötzlicher Säuglingstod“ (GEPS) oder andere Selbsthilfegruppen in der Region dabei haben. So kann mit relativ einfachen Mitteln den Menschen geholfen werden, das Furchtbare erträglicher zu machen und den Weg zurück ins Leben zu finden.

Frank Waterstraat (Text), Markus Brändli (Fotos)

## informationen

- [www.sids.de](http://www.sids.de) Homepage der „Gemeinsamen Elterninitiative Plötzlicher Säuglingstod“ (GEPS), unter anderem können Informationsbroschüren und Flyer speziell für den Rettungsdienst bestellt werden.
- [www.verwaiste-eltern.de](http://www.verwaiste-eltern.de) Verein, der allen nahen Angehörigen eines verstorbenen Kindes (also nicht nur den Eltern!) Beratung und Begleitung anbietet.